

María reflexionó sobre todas estas cosas en su corazón. San Lucas, concluye su Evangelio de Navidad con estas palabras: María reflexionó sobre todas estas cosas en su corazón. Pareciera que María, la madre de Jesús, había estado en una montaña rusa. Por una parte, el ángel Gabriel que fue a visitar a esta adolescente en su casa de Nazaret, su embarazo, el nacimiento de su hijo Jesús, los pastores y ángeles, los reyes magos, la circuncisión y la huida a Egipto. Se calmó y reflexionó sobre todas estas cosas en su corazón. Fue entonces cuando su corazón se llenó de asombro y alegría.

Nosotros también somos invitados por el Espíritu Santo a reflexionar sobre todas estas cosas en nuestro corazón. He descubierto en mi propia vida que cuando mi fe permanece en mi cabeza, realmente no me conmueve. Pero cuando se mueve a mi corazón, cuando oro, mi fe cobra vida.

Vivir fielmente como María es un camino del corazón. Implica escuchar las invitaciones, la inspiración del Espíritu Santo dentro de nosotros. Implica ser consciente del movimiento del Espíritu Santo en tu corazón, ser consciente de a donde nos está guiando el Espíritu, a donde te está guiando.

Al comenzar tu oración, se consciente de tu corazón, centrar tu atención en tu corazón, pídele al Espíritu que te guíe y simplemente escucha, como la madre de Jesús meditó en su corazón. A menudo es útil leer las Escrituras, especialmente del Evangelio o la Epístola al comenzar y luego meditar, descansar. El Espíritu de Dios te atraerá, te inspirará.

Las oraciones que ya haces, el rosario, las oraciones de la mañana y de la noche se pueden rezar de esta manera.

María meditó todas estas cosas en su corazón, para que tú también puedas meditar en tu corazón.